

2025年 10月 日替り献立

月	火	水	木	金	土
9月29日	9月30日	10月1日	10月2日	10月3日	10月4日
白身フライ ほうれん草と鶏挽カレー	春巻 えびと豆腐のふんわりしんじょ	メンチカツ 鶏唐揚	コロッケ(カレー) 切干大根煮付	ジューシー肉ソーマイ 鶏唐揚	とんかつ70g めかぶオクラ
大根酢の物 竹輪天ぷら	落と竹の子煮 豚肉とにんにくの芽炒め	蓮根とひじきマリネ 蒟蒻とさつま揚げ煮物	竹輪煮付 麻婆茄子	豆腐と大根煮 ホウレン草ピーナツ和え	厚焼玉子 うぐいす豆
キャベツ卵とし	金時煮豆	もやし胡瓜ごま和え	ソース焼きそば いも茎の煮浸し	おかか昆布	玉葱ソースカレー味
6日	7日	8日	9日	10日	11日
シーフードカレー コロッケ(南瓜) 揚げ焼売	クリーミーコロッケ 肉じゃが 揚げ豆腐	鶏唐揚 ハムカツ 大根信田煮	肉団子クリーム味 明太子スパゲティ 海鮮ボール	チキンカツ いか巻き 味付わかめ	ミートソース オムレツ
イタリアン野菜梅和え ピピガ 山菜もやし	小松菜と卵和え ぜんまい炒め煮	竹輪煮付 キャベツ梅和え	南瓜煮付と高野豆腐 7種スパイスのカレーロール	高野豆腐卵とし 焼きそば キャベツ炒め	ふわふわ豆腐天 ポテトサラダ 竹の子煮付
13日 スポーツの日	14日	15日	16日	17日	18日
アジフライ 鶏唐揚	牛肉カレー ハンバーグ	白身フライ バジルスパゲティ	酢豚風 春巻	コロッケ(牛肉) いわしつみれと蒟蒻煮	完熟トマトソースのピザロール 豚肉みそ炒め
キャベツクリーム煮 ワカメともやしサラダ	ひじき炒め煮 厚焼玉子	煮豆金時 南瓜挽肉炒め	竹輪天ぷら もやしと味茄子	野菜炒め 鶏唐揚	めかぶオクラ インゲンごま和え
香味豆腐	キャベツごま和え	ほうれん草からしあえ	蓮根金平	高野豆腐と椎茸煮付	大根と高菜和え
20日	21日	22日	23日	24日	25日
チキンカツ 厚焼玉子	コロッケ(男爵) 鶏唐揚	豚生姜焼き エビフライ	コロッケ(バター男爵) 豚肉カレー	ハンバーグ 揚げ出し豆腐	メンチカツ 鶏唐揚
竹の子とピーマン炒め 大根と山クラゲ和え	竹の子煮付 切干大根とさつま揚げ煮物	キャベツバジル炒め わかめもやしサラダ	ひじき炒め煮 竹輪天ぷら	胡瓜からしあえ オムレツ	蒟蒻人参椎茸煮物 茄子味噌
高野豆腐と人参煮 焼きそば	ホウレン草お浸し	うぐいす豆	竹輪天ぷら キャベツ卵和え	大根煮付	おかか昆布
10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	11月1日
鶏竜田揚 イカフライ	コロッケ(肉じゃが) 大根蒟蒻煮物	白身フライ ミートスパゲティ	とんかつ70g 焼きそば	鶏唐揚タレ味 マカロニ炒め	クリーミーコロッケ カニ風味焼売
ポテトサラダ キャベツお浸し	さつま揚げ煮物 肉団子トマト煮	野菜カレー きゅうり梅和え	白滝炒め煮 高野豆腐卵和え	厚焼玉子 もやしと山クラゲ和え	炒り豆腐 玉葱と卵炒め
煮豆	パンプキンサラダ	がんも煮付	ビビンバ山菜もやし	ひじき炒め	茄子味噌



まごころで奉仕する
は出し弁当 はらの

TEL 042-581-6840

予備TEL 080-6632-3373

はらの弁当Qで検索

材料入手の関係で献立が変わることがありますので、その際はご了承下さい。
ご注文は当日の午前9時30分までにお願いします。